

УДК 159.9
ББК 88.4

К.И. ВОРОБЬЕВА

Дальневосточный институт психологии и психоанализа
г. Хабаровск
dvpsycho@mail.redcom.ru

И.А. ЗАВОРОТНЯЯ

Дальневосточный институт психологии и психоанализа
г. Хабаровск
dvpsycho@mail.redcom.ru

ЛИЧНОСТНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ НЕРВНО- ПСИХИЧЕСКОЙ НАПРЯЖЕННОСТИ И ИХ УЧЕТ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКЕ СПАСАТЕЛЕЙ

C.I. Vorobyova

Far Eastern Institute of psychology and psychoanalysis,
Khabarovsk

I.A. Zavorotnyaya

Far Eastern Institute of psychology and psychoanalysis,
Khabarovsk

PERSONAL DETERMINANTS OF MENTAL STRESS AND INCORPORATING THEM INTO A PROFESSIONAL DIAGNOSIS RESCUERS

Аннотация: Статья посвящена изучению влияния личностных свойств специалистов экстремального профиля на возникновение нервно-психической напряженности в процессе профессиональной деятельности. Статистически достоверно доказано, что у спасателей МЧС состояние нервно-психической напряженности усиливается по мере увеличения тревожности, страха неудач, консервативности, при этом происходит потеря чувства реальности и снижение уровня ответственности, что может препятствовать успешному выполнению задач в условиях профессиональной деятельности, связанной с риском. Выявление личностных качеств, оказывающих влияние на возникновение состояния напряженности в экстремальной ситуации имеет особую важность для проведения более точного профотбора спасателей, для повышения эффективности превентивных и психокоррекционных мероприятий.

Ключевые слова: Нервно-психическое напряжение, нервно-психическая напряженность, дезадаптация, экстремальная ситуация.

Annotation: Article examines the influence of personality traits specialists extreme profile the occurrence of mental stress in the course of professional activities. Statistically proven that rescue officers state neuro-mental tension increases as the increase of anxiety, fear of failure, conservatism, with a loss of sense of reality and reducing liability that may hinder the successful implementation of tasks in terms of professional activities related to risk. Identify personal qualities aokazyvayuschih influence on the occurrence condition of tension in an emergency situation is of particular importance for a more accurate professional selection rescuers to increase the effectiveness of preventive and corrective treatment.

Keywords: Mental stress, mental stress, maladjustment, an extreme situation.

Выполняя профессиональные задачи в условиях, сопряженных с риском для жизни и здоровья, сотрудники профессий экстремального профиля могут быть отнесены к группе риска возникновения стрессовых состояний и, как следствие, развития психической дезадаптации, приводящей к социально-психологическим нарушениям жизнедеятельности, неблагоприятным изменениям личности, которые в дальнейшем отрицательно сказываются на состоянии здоровья, на служебных взаимоотношениях, в семейно-бытовой сфере личного состава, увеличивают риск самоубийств (Ю.В. Бессонова, Л.Г. Дикая, З.Ф. Зеер, З.И. Кекелидзе, А.Г. Маклаков, В.Л. Маришук, А.В. Махнач, Ю.С. Шойгу и др.). Анализ причин и механизмов развития таких нарушений непосредственно связана с проблематикой изучения психической напряженности и стресса (В.А. Бодров, Л.А. Китаев-Смык, А.Б. Леонова, О.И. Медведев, Лазарус, Г. Селье).

Необходимо разграничивать состояния психического напряжения и психической напряженности. Выделяют три разновидности состояния нервно-психического напряжения (НПН) в зависимости от интенсивности его выражения: слабое (I), умеренное (II) соответствующее «напряжению» и чрезмерное (III) соответствующее «напряжённости» [2, с. 3].

I степень напряжения может быть названа напряжением лишь условно, так как, в сущности, при этом признаков напряжения либо не наблюдается совсем, либо их проявления настолько незначительны, что испытуемые не склонны считать своё состояние нервно-психическим напряжением. В данном случае экстремальная ситуация не расценивается как сложная, требующая мобилизации усилий на её преодоление и достижение поставленной цели. Испытуемые не отмечают каких-либо явлений соматического или психического дискомфорта, не обнаруживают заметных признаков реагирования на ситуацию, дающих право расценивать их состояние как состояние напряжения.

При умеренно выраженном психическом напряжении (II степень нервно-психического напряжения) в психической деятельности наблюдаются существенные позитивные сдвиги:

- возрастает эффективность основных свойств внимания, что обеспечивает сосредоточенность индивида на решении главных задач в данной экстремальной ситуации;

- изменяется функция памяти, хотя модификация мнемической функции при напряжении не имеет столь отчётливого и целостного положительного характера, как функция внимания;

- увеличивается продуктивность логического мышления, наблюдается повышение эффективности когнитивной деятельности в целом;

- повышается продуктивность, увеличивается точность движений, уменьшается количество ошибок [1, с. 2].

При III степени НПН (состояние напряженности) типичны дезорганизация психической деятельности, существенные отклонения в психомоторике, глубокие сдвиги в нейродинамических характеристиках и яркое проявление чувства общего физического и психического дискомфорта, которое сопровождается отрицательным эмоциональным фоном, падением настроения, ощущениями тревоги, беспокойства, острым ожиданием неудачи, провала и других неприятных последствий сложившейся экстремальной ситуации. Проявляются типичные нарушения:

- значительно снижается объём внимания, его устойчивость и способность к концентрации, способность к переключению внимания;

- существенно снижаются продуктивность кратковременной памяти и способность к долговременному вербальному сохранению;

- обнаруживаются ярко выраженные негативные сдвиги в такой характеристике оперативного мышления, как способность к решению логических задач;

- страдает координация деятельности [1, с. 2].

В нашем исследовании речь идет о III степени НПН (состояние напряженности), которое может возникать при выполнении человеком продуктивной деятельности в трудных условиях и оказывает сильное влияние на ее эффективность. Применительно к деятельности и особым условиям ее протекания напряженность выступает не как прямой результат этих условий, а как непосредственное интегральное отражение значимой для субъекта ситуации, в которой выполняется деятельность. В психологической структуре напряженности особая роль принадлежит мотивационному и эмоциональному компонентам. Показатели деятельности спасателей служат индикатором, результативным выражением тех психических изменений, которые происходят в сложных условиях. Уровень нервно-психического напряжения у спасателей зависит от характера воздействующих экстремальных факторов, величины их объективных характеристик и субъективной значимости для конкретного человека, и также от особенностей индивидуальной реактивности организма. В качестве высшего уровня психического регулирования выступает личность, которая задает программу всем остальным видам этого регулирования.

Задачей настоящего исследования является выявление личностных и индивидуально-психологических качеств профессионала, оказывающих влияние на возникновение состояния напряженности в экстремальной ситуации, что имеет особую важность для проведения более точного профотбора спасателей, для повышения эффективности превентивных и психокоррекционных мероприятий.

Для исследования использованы: «Опросник нервно-психического напряжения» Немчина Т.А., Методика «Уровень субъективного контроля» Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, А.М. Эткинда, Методика «Характерологические акцентуации личности и нервно-психологическая неустойчивость» Карелина А.А., Методика «16 факторный личностный опросник» Р.Б. Кеттела, Опросник структуры темперамента» В.М. Русалова.

На первом этапе исследования были выделены две группы испытуемых: «группа А» – 24 человека, включает спасателей имеющих завышенный (чрезмерный) уровень нервно-психической напряженности $6,2 \pm 1,2$. «Группа В» – 42 человека, включает спасателей, имеющих средние (умеренные) показатели по общему уровню нервно-психической напряженности $4,8 \pm 1,6$. Групп с низкими значениями нервно-психической напряженности не выявлено.

Итоги сравнительного анализа психологических характеристик спасателей, полученные с помощью названных психодиагностических методов, были подвергнуты факторному анализу, с использованием вращения варимакс с нормализацией Кайзера, который позволил выделить основные особенности респондентов группы «А».

Фактор «Ответственность» (вклад общей дисперсии 36%), составляют такие качества как: нормативность поведения, интернальность в области производственных отношений, сдержанность, конкретность. Наряду с ними включаются подозрительность, замкнутость, мнительность, интроверсия, отсутствие гибкости.

Фактор «Страх неудач» (25,7%) связан с богатым воображением, поглощенностью внутренними иллюзиями, что порождает высокий уровень самоконтроля и состояние напряженности.

Фактор «Тревожность» (17,6%), наполняют такие качества как собственно тревожность, низкая пластичность, низкая переключаемость внимания. Вместе с тем спасателям данной группы свойственны дипломатичность, неконформизм и средний уровень интернальности в области достижений.

Составляющие фактора «Реализм» (12,3%) – это

смелость, рациональность, средний уровень интернальности в области здоровья и семьи. Оппонентом является склонность к колебаниям в их психическом состоянии, которые проявляются в раздражительности, вспыльчивости, невозможности сдерживать себя при волнениях.

Фактор «Консерватизм» (8,3%), включает ориентацию спасателей группы «А» на конкретную деятельность, что взаимосвязано с их эмоциональной стабильностью и адекватностью самооценки. Оппонентом является эмоциональная чувствительность к несовпадению между задуманным, ожидаемым, планируемым и результатом реального предметного действия, чувствительность к неудачам в работе.

Для выявления взаимосвязи между шкалой напряженности и выделенными факторами нами был проведен корреляционный анализ с использованием критерия корреляции Пирсона. Как следует из полученных данных, у спасателей группы «А» состояние напряженности усиливается по мере увеличения тревожности ($r=0,63$), страха неудач ($r=0,81$) и консервативности ($r=0,49$). При этом теряется чувство реальности ($r=-0,62$) и снижается уровень ответственности ($r=-0,77$).

В результате проведенного эмпирического исследования выявлено, что психологическая напряженность у спасателей МЧС проявляется в состоянии отражающем:

- выраженную эксплазивную и психоастеническую формы акцентуаций, что свидетельствует о несоответствии эмоциональных реакций силе и качеству раздражителей: подверженность относительно более легким изменениям и колебаниям в психическом состоянии, что проявляется в раздражительности, вспыльчивости, невозможности сдерживать себя при волнениях. Психастеническая форма акцентуаций свидетельствует о повышенной чувствительности, быстрой истощаемости и утомляемости, критичным отношением к своим поступкам и решениям;

- эмоциональную чувствительность к неудачам в работе и общении, что проявляется в расхождении между задуманным, ожидаемым, планируемым и результатами реального предметного действия, чувствительностью к оценкам окружающих людей. Эти свойства компенсируются развитой волевой регуляцией: умением контролировать свои эмоции и поведение;

- повышенный уровень тревожности и неудовлетворенности, причем, чем выше уровень тревожности, тем выше состояние напряженности;

- сниженный уровень интернальности, особенно

в области достижений и межличностных отношений, это свидетельствует о том, что им свойственно приписывание своих успехов и достижений обстоятельствам, везению, помощи других людей, отсутствие склонности брать на себя ответственность за свои отношения с окружающим миром;

– отсутствие психологического комфорта в определенных условиях труда.

Однако следует отметить, что в сложных экстремальных ситуациях, спасатели МЧС, обладающие состоянием психической напряженности, способны проявлять черты мужества, собранности, реализма и ответственности.

Выявлено, что генерализованный комплекс влияния личностных факторов является постоянно «активированным» и провоцирует нарастание негативных состояний нервно-психической напряженности. Дифференциация проявлений разных личностных характеристик спасателей МЧС является важной задачей в анализе проявлений повышенной нервно-психической напряженности.

Реализованная в исследовании комплексная стратегия изучения психической напряженности и выбранный диагностический инструментариум позволили определить специфику психологической структуры психической напряженности и особенности ее проявления в условиях профессионального риска.

Статистически достоверно доказано, что высокий уровень нервно-психического напряжения связан с проявлениями:

– интеллектуальных особенностей, характеризующихся конкретным практическим мышлением, критичностью и консервативностью в принятии нового;

– эмоционально – волевых особенностей, характеризующихся эмоциональной стабильностью спасателей, определенным недовольством собой, некоторой неудовлетворенностью, подверженностью сомнениям, склонностью к рефлексии;

– коммуникативных свойств и особенностей межличностного взаимодействия, проявляющихся в стремлении к независимости, некоторому противопоставлению себя группе, развитом чувстве долга и ответственности, в принятии общепринятых моральных норм и правил; в сдержанности и рассудительности в установлении межличностных контактов, в деловом лидерстве.

Личностные качества спасателей с завышенным уровнем нервно-психической напряженности проявляются в :

– нормативности поведения, интернальности в

области производственных отношений, сдержанности, конкретности. Вместе с тем отмечается подозрительность, замкнутость, мнительность, интроверсия, отсутствие гибкости;

– богатом воображении, поглощенности внутренними иллюзиями, порождающими высокий уровень самоконтроля и состояния напряженности;

– собственно тревожности, низкой пластичности, переключаемости внимания. Однако вместе с тем в дипломатичности, неконформизме и среднем уровне интернальности в области достижений;

– смелости, рациональности, среднем уровне интернальности в области здоровья и семьи. При этом в склонности к колебаниям в психическом состоянии, приводящем к раздражительности, вспыльчивости, невозможности сдерживать себя при волнениях;

– ориентации на конкретную деятельность, взаимосвязанную с их эмоциональной стабильностью и адекватностью самооценки, которые проявляются в эмоциональной чувствительности к несовпадению между задуманным, ожидаемым, планируемым и результатами предметного действия.

Выявленные факторы показывают, что у спасателей МЧС состояние нервно-психической напряженности усиливается по мере увеличения тревожности, страха неудач, консервативности, при этом происходит потеря чувства реальности и снижение уровня ответственности, что может препятствовать успешному выполнению задач в условиях профессиональной деятельности, связанной с риском.

Таким образом, выявленные личностные факторы (тревожность, страх неудач, консервативность, чувство реальности и ответственности) являются важным критерием для диагностики нервно-психической напряженности спасателей МЧС. Выводы, полученные в результате исследования, могут использоваться при организации деятельности службы спасателей МЧС, в процессе профотбора и ротации кадров, в профессиональной диагностике для оценки надежности и сохранности здоровья спасателей МЧС.

Библиографический список

1. Наенко Н.И. Психическая напряжённость / Н.И. Наенко. – М., 1976. – 214 с.
2. Немчин Т.А. Состояния нервно-психического напряжения / Т.А. Немчин. – Л., 1983. – 167 с.
3. Терехова Т.А. Профессиональная психодиагностика /Т.А.Терехова. – Иркутск: БГУЭП, 2012. – 347с.